अंतरा-शब्दशक्ति

जिंदगी के रंग

काव्य संग्रह

डॉ. राजमती पोखरना सुराना

जिंदगी के रंग

(काव्य संग्रह)

डॉ राजमती पोखरना सुराना

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन

वारासिवनी, मध्यप्रदेश

ISBN- 978-93-86666-54-3

अन्तरा-शब्दशक्ति प्रकाशन
मुख्य कार्यालय - १५ नेहरु चैक वारासिवनी, जिला बालाघाट (म.प्र) ४८१३३१
शाखा- एस-२०७, नवीन भवन, इंदौर प्रेस क्लब परिसर, इंदौर (म.प्र.) ४५२००१
दूरभाष- (कार्या.) ०७६३३-२५३१५९ (मो) ९४२४७६५२५९
अणुडाक- antrashabdshkti@gmail.com
अंतरताना- www.antrashabdshakti.com

प्रथम संस्करण २०१८- डॉ राजमती पोखरना सुराना
मूल्य - ५५.०० रुपये
आवरण चित्र- संदीप सोनी, वारासिवनी
मुद्रक- शैलू कम्प्यूटर्स, वारासिवनी

Jindagi ke Rang by Dr. Rajimati Pokarana Surana

वैधानिक चेतावनी - इस पुस्तक का सर्वाधिकार सुरक्षित है। लेखक की लिखित अनुमति के बिना इसके किसी भी अंश को फोटोकापी एवं रिकार्डिंग सहित इलेक्ट्रोनिक अथवा मशीनी किसी भी माध्यम से अथवा संग्रहण और पुनर्प्रयोग की प्रणाली द्वारा किसी भी रूप में पुनरुत्पादित अथवा संचारित प्रसारित नहीं किया जा सकता है। प्रस्तुत पुस्तक की समस्त रचनाएँ लेखक द्वारा अन्तरा शब्द शक्ति प्रकाशन को प्रेषित की गई है अतः प्रत्येक रचना की मौलिकता के किसी भी दावे हेतु लेखक जिम्मेदार है। प्रस्तुत पुस्तक के घटनाक्रम पात्र, भाषाशैली एवं स्थान सभी लेखक की कल्पना है। किसी भी प्रकार के वाद-विवाद के लिए प्रकाशक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है।

अपनी बात

अपने दिल के जज़्बातों को शब्दों में पिरोती हूँ,
कलम है मेरी ताकत भावों को शब्दों से संजोती हूँ,
कविताएं मेरी जिंदगी का एक आईना है,
जिंदगी के अफसाने को बेबाक लिखती हूँ।

कविताएं स्व भावनाओं को अभिव्यक्त करने का एक सुन्दर माध्यम है। मैंने हर विषय पर विद्यालय समय से ही लिखना शुरू कर दिया था। मेरी भावों की अभिव्यक्ति किसी एक विधा से बंध कर नहीं रही।

मैंने अपने भावों को, मन के उद्गारों को सरल विधि सहज भाषा में प्रस्तुत करने का प्रयास किया। मैं उन्मुक्त भाव से अपनी बात कविताओं में ढालती हूँ, नव उड़ान भरने के स्वप्न देखती हूँ।

मेरी कविताएं न केवल शब्दों का सफर है अपितु मेरे दिल के जज़्बातों का एक आधार है। मैंने अपनी कलम से जीवन प्रेम, मोहब्बत, आशा, निराशा, संवेदना, विरह, खुशी, ग़म, मोह, जिंदगी के विभिन्न रंग, सभी विषयों पर कलम से पन्नों पर उभारने का प्रयास किया है।

नव कोंपल की तरह मुझ में नये नये विचार अंकुरित होते रहे और धीरे धीरे उन विचारों ने नन्हें पौधे का रूप लिया। और वे नन्हें पौधे मेरे सांझा काव्य संग्रह के साक्षी बने। और मन में पूरा विश्वास है कि यह नवांकुर कोंपल एक दिन वृक्ष का रूप धारण करने में सफल होगी।

मैं साहित्य के सागर में शायद कभी गोते नहीं लगा सकती, यदि मेरे मां, पिता जी, मेरे परिवार का सहयोग नहीं मिलता। मां सरस्वती की कृपा से मुझे सभी का आशीर्वाद प्राप्त हुआ। मेरे हमसफ़र मेरे जीवन साथी रवि सुराना का और मेरे बच्चे ऋषभ का सहयोग और समर्थन, समर्पण से ही आज मैं इस मुकाम तक पहुंचने में सफल हुई हूँ। ये सभी मेरी प्रेरणा बन मुझे लिखने के लिए प्रेरित करते रहे और मैं अपने भावों को शब्दों की माला में पिरोने का प्रयास करती रही।

डॉ राजमती पोखरना सुराना

भीलवाडा राजस्थान

अनुक्रमणिका

1.	दिलवाले	7
2.	कब आओगे तुम	8
3.	मोह	9
4.	अधूरी बातें	10
5.	हमराही	11
6.	जिन्दादिली	12
7.	संदेश	13
8.	बुढ़ापा	14
9.	अफवाह	15
10.	मोबाइल	16
11.	मुकद्दर	17
12.	कलमकार	18
13.	आफत	19
14.	हसरत	20
15.	जिद्दी	21
16.	साजिश	22
17.	अधिकार	23
18.	उड़ान	24
19.	जिंदगी क्या शिकायत करूँ	25

20. इक दूजे के लिए 26
21. गुज़ारिश 27
22. बदलते दौर का बिगड़ता अंदाज 28
23. मैं औरत हूँ 29
24. जिंदगी के रंग 30
25. आंसुओं को पनाह नहीं मिलती 31
26. ऋण माता पिता का 32

दिलवाले

दिलवाले दिल की आरजू में क्या क्या बना गये,
मुमताज़ की याद में शाहजहां ताज बना गये।

आंखों की खूबसूरती में अपने इश्क को क़ैद कर,
जिन्दगी उनके नाम कर इश्क की नयी दास्तान बना गये।

कोई मोहब्बत में खो दिलवाला महिवाल,रांझा. बना,
दिलवाले दिल वालों के लिए ये कैसी बेरूखी राह बना गये।

न कोई मंज़र न कोई ख्वाब अपने इश्क में पा सकें,
निगाहों की मायूसी में खुद को रूला तन्हा बना गये।

उनको पाने की ज़िद में दिल को सुरों के संगम से सजाना चाहा,
दिल की बात दिल में छिपा इश्क में उन्हें अपना सरताज बना गये ।।

कब आओगे तुम

नींदों में जगा प्यार के नगमे सुनाने कब आओगे तुम,
ख्वाबो की महफ़िल को सजाने कब आओगे तुम।

नींद मेरी उडा के तन्हाई में डाल तुम कहां चले गए,
तन्हा रातों की तन्हाई दूर करने कब आओगे तुम।

दुनिया का तो यह दस्तूर है पुराना, मिलना और बिछड़ना,
अपनी यादों की पुरवाई बहाने कब आओगे तुम।

ना जाने कितने दर्द समेटे है मेरे इस नादान दिल ने,
दिल की धड़कन में बसने अब कब आओगे तुम।

लबों पर बस तेरा ही नाम गुनगुनाते मैं खामोशी बन रह गई,
अपने इश्क में मुझे शायर बनाने वाले कब आओगे तुम।

सावन की रिमझिम रिमझिम फुहारों में मन बावरा हुआ मेरा,
मेरे मन मंदिर को प्यार की फुहारों से तर करने कब आओगे तुम।।

मोह

अनकही सी चाहत पाने का मोह ही तो था ये दिल बर,
तभी तो ये दिल मोह में बंध आकर्षित होता रहा तुम पर।

तुम भी तो यही चाहती थी कि याद बन बसेरा करूँ दिल में तुम्हारे,
यादों में बस. ख्वाबों के संग लम्हे गुजार तुम में ही खोये रहे रात भर।

मोहब्बत के इस मोह में फंस कभी मुस्कराते रहे, कभी रोते रहे,
प्रेम, सौंदर्य, तेरी अदा पर तेरे नयनों में उलझते रहे मेरे नयन।

मोहब्बत के जाल में उलझ मोह तेरा कभी मेरे लिए खुशियां लाता,
कभी संवेदना में बह कर मेरे दिल को बहलाता और कर देता कमजोर।

तेरी मृदु मुस्कान पर फिदा हो रिश्तों में बंधने की कामना करते रहे,
मेरी बहती हुई संवेदना की लहरों को किनारा दिखा तू हमें यूं न जाना
छोड़ कर।।

अधूरी बातें

रह गई जो जिन्दगी में तेरी मेरी. कुछ अधूरी बातें,
आकर अपने हाथों से रंग भर सम्पूर्ण कर दो अधूरी बातें।

उलझे हुये शब्दों में उलझ कर बदनुमा हो गई जिन्दगी,
दिल के भावों को दिल से निकाल कह दो वो अधूरी बातें।

यू तो यहाँ सभी की जिन्दगी में कुछ न कुछ कमी नजर आती है,
जिन्दगी को कैसे जियें समझा कर जीवन-कला से पूरी करो अधूरी बातें।

किसी को तलाशती है हर पल निगाहें मेरी नजर मिलाने के लिये,
अपनी बात न समझा पाने से रह जाती है दिल में अधूरी बातें।

मन में उठती भावनाओं के सैलाब को खुद से तराशा मगर,
ऑसूओ की चंद बूंदों ने कहने से रोक दी हमें वो अधूरी बातें।

अब सब छोडों शिकवा गिला,सुन लो मेरी अन्तरात्मा की आवाज,
चॉद की चॉदनी में खुशनुमा लम्हें बीता चॉद को गवाह बना पूरी करी
अधूरी बातें।।

हमराही

अकेला ही चल रहा था मेरे जीवन का सफर,
मुझे सरे राह चलते चलते तुम यू ही मिल गई,
सोचा न था. कभी आशिकी के बारे में,
अचानक ही मुझे मेरी जिन्दगी मिल गई।

आती थी रोज ख्वाबों में जगा जाती थी मुझको,
वो ही मेरी मोहब्बत बन मेरी हमराही बन गई,
उसका मेरी रूह से मिलन रोमान्चित कर जाता है,
मुझे मेरे जीवन को संवारने वाली अर्द्धांगिनी मिल गई।

ख्वाबों में हमेशा. बतियाता रहता था जिससे,
सामने जब वो आई तो मेरी आवाज ही बंद हो गई,
सादगी उसकी मेरे दिल में ऐसे समा क्या बताऊ,
उसकी ऑखो में मेरी मुझे दिल की मुराद मिल गई।

उसकी निगाहोंमे मैने अपना आईना बना लिया,
उसकी बॉहों मे आ सारी खुशियॉ मुझे मिल गई
उसकी पायल की छम छम से अब गूंजता है घर मेरा,
लगता है अब मुझे कि सारे जहॉन की खुशियॉ मिल गई।।

जिन्दादिली

ज़िन्दगी ईश्वर का वरदान है दिल की चाहत से चलती नहीं,
कौन कहता है कि वह किसी के हाथों चलती नहीं।

ज़िन्दगी भी ज़िन्दगी है कोई साथ दे ना दें ज़िन्दगी में,
मन में अटल विश्वास न हो तो ज़िन्दगी भी चलती नहीं ।

सुख दुःख की लुकाछिपी चलती है बादलों की तरह,
आसमां में बादल न हो तो बिजली भी चमकती नहीं।

ज़िन्दगी के प्रति थोड़ी सोच बदल कर तो देखो यारों,
कोई साथ दे ना दें कभी किसी की जिंदगी रुकती नहीं।

उदास हो कर ज़िन्दगी जीना भी कोई ज़िन्दगी है मेरे दोस्तों,
ख़ुश रहो और खुशियां बांटो उसके बिना ज़िन्दगी मुस्कुराती नहीं।

जिन्दादिली से ज़िन्दगी के हर पल को जो आनन्द से जीते हैं
मुकद्दर की भी उसके आगे कभी कुछ चलती नहीं।।

संदेश

आज सावन की फुहार ने मुझे भिगा दिया,
यादों के बरसात ने मुझे फिर रुला दिया।

पुरवाई संग साजन तुम्हें बस याद किया,
बरसती बरसाती हवाओं संग संदेश पहुंचा दिया।

कैसे जियें तुम बिन कैसे बताऊं तुमको,
बिन तेरे सनम अपने को ही भूला दिया।

तुम बिन कैसे गुजरी विरह की रातें,
मेरी महकती जुल्फों ने मुझे सुला दिया।

पाकर तेरा सन्देश आज सांसें मन्द पड़ गई,
बावरा दिल मेरा देखो कैसे मुस्करा दिया।

सुध बुध भूली छन छन बाजे मेरे कंगना,
मिलन की बात सुन बुंदों ने झमघट लगा दिया।।

बुढ़ापा

बुढ़ापा भी पेंशन की तरह आता है,
ऋतुओं के अन्दाज को दर्शाता है,
उडा देता अच्छे अच्छे की नींद,
जब बुढ़ापे का मौसम आता है।

बच्चों को कहा बूढा सुहाता है,
हर पल निगाहें झुका कर रहता है,
जब आता है बुढ़ापे का पड़ाव,
हर कोई बेगाना हो जाता है ।

ये तो नयी पीढ़ी का प्रेरणा स्त्रोत होता है,
इनका अनुभव अखंड़ ज्योत सा होता है,
ज्ञान, आचार विचार का नियामक यह,
अवस्था का ये पड़ाव जीवन का सार होता है।

तन भले ही जर्जर हो जाता है,
दिल इनका अब बच्चा हो जाता है,
चंचलता आंखों से झांकती है इनके,
बुढ़े शख्स को तो हर चेहरा सुहाता है।।

अफवाह

मेरे शहर में अजीब सी अफवाहें फैल गई,
कि हमें किसी अनजान से मोहब्बत हो गई।

दिल ही तो था हमारा देख उनको मोम सा पिघल गया,
निगाहों से निगाहें मिली गुफ्तगू में रात बीत गई।

मेरी अनजान मोहब्बत शहर की तबीयत बिगाड़ती रही,
अफवाहों के दौर से शहर की तबीयत बिगाड़ती चली गई।

अफवाहों का बाजार इतना गरम हो गया मेरे शहर का यारो,
हमें तो अपनों से ही नजरे मिलाने की हिम्मत खत्म हो गई।

पता है शहर का हर आशियाना सजता है झूठ के रिश्तों पर,
मोहब्बत है तुम से बस यही तो बोले निगाहें झुकाने की नौबत आ गई।

रोये इतना गम में उनके सूरत भी हमें अपनी बेगानी लगने लगी,
आंसुओं से भीगी पलकें मेरी बेबस अफवाहों को मिटाने में लग गई।।

मोबाइल

शान्त,सुन्दर,निःश्चल आहिस्ता आहिस्ता चल रही थी जिन्दगी,
कुछ पल नये खतों के इन्तजार में खो चल रही थी जिन्दगी,
परिवर्तन ही तो संसार का नियम है इसके चलते एक आया यंत्र,
सुहानी सी शामों को गुम कर बन गया वो हमारी जिन्दगी।

कभी शब्दों के सुन्दर संसार से मुस्कराती संवरती थी हमारी जिन्दगी,
किताबों खतों को पढ़ने के इन्तजार में बीतती हमारी जिन्दगी,
हवा इस की सबको ऐसी लगी भूल बैठे हम खुशबूं गुलाब की,
मोबाइल देव के पधारने से बहुतों की बदल गई अब जिन्दगी।

मोबाइल देव के चक्कर में कितनों की संवर गई यहॉ जिन्दगी,
मोबाइल देव के चक्कर में कितनों की गुमनाम हो गई जिन्दगी,
अब हम क्या बोले इसके बारे में इस यंत्र की महिमा बडी भारी है,
मोबाइल से यहॉ हंसती मुस्कराती बदल गई अब सब की जिन्दगी ।

मिलती तुम से ही अपार खुशियॉ किसी के नाम से महकती है जिन्दगी,
किसी की उम्मीद पर बिखर गई तो किसी की उम्मीद पर संवर गई जिन्दगी,
तेरे दीदार से ही चलती है अब सुबह.शान सुहानी यहॉ,
कभी खुशियॉ तो कभी गम दे कितनों की तोड़ता है जिन्दगी।।

मुकद्दर

जब जिन्दगी में मै कभी तन्हा रहता हू,
अक्सर अपने अक्स से बातें करता हूँ,
सच कहता हूँ कभी मुकद्दर को नही कोसता,
तन्हाई में कुछ लम्हें याद कर मुस्कराता हूँ।

कितनी बार बिखर कर मैं फिर जुडा हूँ,
टूट टूट कर टुकडों मे फिर भी नही टूटा हूँ,
दुनियॉ वाले देख मुझे अचरज में पड़ जाते है,
सच है दोस्तों मै अपनी मुकद्दर का खुदा हूँ।

तुफानों मे हिमालय की तरह ड़ट कर खडा हूँ,
हथेलियॉ पर ऱख अपना नसीब मै चलता हू,
पूछता है जमाना मुझसे मेरे मुकद्दर के बारे में,
खुशनसीब हूँ दुनियॉ वालों सबकी दुआ से चलता हूँ।

मशहूर होने के कोई बहाने नही ढुंढता हूँ,
मुकद्दर का मालिक हूँ,खुदा की रहमत रखता हूँ,
न कोई शिकवा न गिला मुकद्दर से मुझको,
खुबसूरत जिन्दगी है मेरी मस्ती में जीता हूँ।।

कलमकार

कलमकार की कलम की भी अजीब कहानी होती है,
सोतो को यह जगाती.मुर्दा दिल में जान भरती है।

कलमकार की कलम जब कुछ लिखने को आतुर होती है,
समाज की गुमनाम कहानियॉ तब उजागर होती है।

कलमकार की कलम से जब जोशिले शब्द पन्नों पर उतरते है,
अन्धेरों में भटक रही कितनी जिन्दगियों को वो रोशन करती है।

कलमकार अपनी कलम के जादू से लोगों में जागृति लाता है,
शोषण,अत्याचार.लाचारी,दरिद्रता को अपने शब्दों से उजागर करता है।

कलमकार अपनी कलम का जादू पेट भरने के लिये नही दिखाता है,
किसी के हक तो किसी के लिये संजीवनी बन जिन्दगी संवारता है।।

आफत

कैसे संभाले दिया जो तूने हमें ग़म,
तुझे आंखों में बसाया वो क्या है कम।

अपनी धड़कने सम्भालूं या सांसों को,
आफत तूने दी मुझे क्यूं किया ये करम।

बहुत हो चुकी तेरी मनमर्जी मेरे लिए,
अब तो निभा ले तू कुछ अपना धरम।

हमने तो सौंपा तुम को अनमोल ये दिल,
इस अमानत को संभाल कर रख सनम।

मिलने का वादा कर आफत में डाला मुझे,
पगली ही सही पर जान तेरे नाम की हमने सनम।।

हसरत

ना छेडा करो तुम प्यार का राग हमारे सामने,
तुम्हारे सुर दिल की हसरते बढा देते है।

ना सोचो करो तुम हद से ज्यादा मेरे लिये,
मेरे रूह तेरी हदो को पाने के लिये मचल उठती है।

मालुम है हमे.हममें तुम्हारी जान बसती है,
तुम्हारे कदमो की आहट से बैचैनी बढ जाती है।

दिल में हसरत है तुम से यही कि एक मुलाकात हो जाये,
जिन्दगी यू तो बहुत हसीन है मेरी बस तुम से थोडी मोहब्बत हो जाये।।

जिद्दी

मैं रोता हुआ लिखूं या हंसता हुआ लिखूं,
चेहरे की शोख अदाओं पर गाता हुआ लिखूं।

हसरतें बहुत है मेरी तेरा प्यार पाने की,
इश्क में कुछ ग़ज़लें मुस्कराता हुआ लिखूं।

ज़िद्दी दिल में सब है गम-ए-इश्क के मारे,
अरमां यही तेरी जुल्फों को संवारता हुआ लिखूं ।

हर कश्ती का अपना तज्रिबा होता है दरिया में,
माझी बन तेरे प्यार का पतवार चलाता हुआ लिखूं।

मुकम्मल न हो पाईं हमारी मोहब्बत तो क्या,
लफ़्ज़ों को दे दावत मैं आहिस्ता आहिस्ता हुआ लिखूं।।

साजिश

हसरते जो सजायी ख्वाबों में तेरी,
शब्दो की माला पिरोयी रिश्तों में तेरी।

तेरी मासुमियत मुस्कराहट पर मिटते रहे,
दीवानगी में कही कोई साजिश तो नही तेरी।

ख्वाब जो दिखाये थे तूने मेरी इन ऑखो को कभी,
मोहब्बत की दिलकश अदा मे कोई साजिश तो नही तेरी।

जुदा हो तुझसे निगाहे असह्य संवेदना में तड़फती रही,
मोहब्बत के करार में तेरे वादों में कोई साजिश तो नही तेरी।।

अधिकार

अधिकार देकर फिर छीने गए न जाने कितनी बार मुझसे,
ग़म में अश्क बहे आंखों ने प्रश्न किए कितनी बार मुझसे।

मंजिले उन्हीं को मिलती रही जिन्होंने अधिकारों को जाना,
मेरे दर्द का अहसास का. कारण पूछते रहे वे कितनी बार मुझसे।

अधिकार की चाहत में फासले बढ़ते रहे हमारे दरमियान,
बगिया में बहार लाने हेतु रंग बदलते रहे कितनी बार मुझसे।

कमजोर शायद मैं नहीं वक्त की चाल ही मद्धम हों गई,
मुश्किल में भी अधिकार पा जिंदगी हारी कितनी बार मुझसे।।

उड़ान

सपनो की सुन्दर दुनियॉ में,
रोज नित नये सपने देखती,
पंख लगा गगन मे विचरती,
स्वतंत्र मन को आनन्दित करती।

पंखों की उड़ान लिये. .....

मेरे होने का
अहसास कर पाती,
सपनो की उड़ान मे. मै,
सिर्फ अपने ही लिये जीती।

न कोई अवरोध मे पाती,
खुली ऑखो से हौंसले की,
लम्बी लम्बी उड़ान भरती,
अपने सपनो का पूरा करती।

पर सपनो की सुन्दर दुनियॉ में,
उड़ान की.सीमा पार कर जाती,
स्वप्न टूटने पर अरे!ये क्या,
मेरे पंखों को कटा हुआ पाती।।

जिंदगी क्या शिकायत करूँ

क्या शिकायत करूँ तुझसे ऐ जिन्दगी,
शिकायते तो बहुत है मेरे पास ऐ जिन्दगी।
न मेरे ख्वाख कभी मुकम्मल हुए ऐ जिन्दगी,
न कभी नींद ही पूरी हुई ए जिन्दगी।।

चेहरे पर नकली हंसी गम मेरा छिपा रही ऐ जिन्दगी,
खुद से भले ही रूठ जाउ सबको खुश रखती हूँ जिन्दगी।
सब्र का इतना भी इम्तहान मत ले ऐ जिन्दगी,
कुछ तो खुशी के पल झोली, मे डाल दे ऐ जिन्दगी।।

आराम क्या करूँ वक्त मेरे पास कहां है ऐ जिन्दगी,
तमाशा बनकर रह नाच रही है ऐ जिन्दगी।
मुकद्दर का भी खेल देख तु ऐ जिन्दगी,
जख्म देकर. मरहम भी तु लगाती है जिन्दगी।।

अजब सी कहानी बन रह गई है जिन्दगी,
क्यूं हर कदम पर नया जाल बिछाती है ऐ जिन्दगी।
यकीन नही होता डायरी बना कर रह गई जिन्दगी,
पन्नों सी पलट पलट कर बीत रही है ऐ जिन्दगी।।

शिकायते तो बहुत है करने को मेरे पास ऐ जिन्दगी।
कॉटों. जख्म से भरी बडी अजीब सी उलझी है जिन्दगी।।

इक दूजे के लिए

इक दूजे के लिए हमेशा हम जीते रहे,
मिलजुल कर तकदीर के तराने बुनते रहे।

ये बात और थी कि समझने में कुछ देर लगी,
मोहब्बत में हम दोनों बारी बारी से सजते रहें।

आंसुओं में धो डालें जिंदगी के सारे ग़म,
बढ़ती रही नजदिकियां.सफर पर बढ़ते रहे।

खुशनुमा सफर जीवन में नव रंग भरता रहा,
खुदा का शुक्रिया अदा हम हर लम्हा करते रहे।

आते रहे कितने ही मधुमास सलोने सज धज कर,
इश्क की गहराइयों में हम दोनों डूबते रहे।

निराशा की पगडंडियों पर ना हुए कभी रुखसत,
कितनी बार रूठे, झगड़े फिर भी हंसते रहे।

न कभी कोई कसमें खाई न कोई वादे किए,
विश्वास की डोर में बंध सफर पर चलते रहे।।

गुज़ारिश

रिश्ते संवरे सजे सबके दिल में ये ख्वाहिश की है,
मिठास बनी रहें ये मेरी रब से गुजारिश की है ।

तकलीफों से दूर रहें सबकी जिंन्दगानियां यहाँ,
हर अर्जी में खुदा से ये हमने ये सिफारिश की है।

रोशनी से जगमगा उठे सभी के आशियाने,
सितारों से मैंने छोटी सी ये फरमाइश की है।

दर्द में किसी के दिल टूट कर न बिखरे यहाँ,
नेह की फसलें लहलहा उठे ये कोशिश की है।

बदलने लगी है क्यो जमाने की हवा यहाँ,
खिल उठे चमन मेरा बहारों ने ये नुमाइश की है।।

बदलते दौर का बिगड़ता अंदाज

झूठी शान शौकत ने लोगों के जीने के अंदाज बदल दिये,
स्वार्थ के खातिर लोगों ने कैसे अपने ईमान बदल दिये।

बस्तियां नफ़रत की आंधियां से अंधेरे में डूबती रही,
बदलते दौर का बिगड़ता अंदाज ने रास्ते बदल दिये।

कोई नहीं यहाँ किसी का दुःख हरता है हालातों में,
यतीमो की खिदमत में भी लोगों ने ठिकाने बदल दिये।

धूप के साये की तरह अंदाज़ लोगो के घटते बढ़ते गए,
वक्त बे वक्त लोगों ने कैसे अपने मिजाज बदल दिये।

घुटन भरी जिंदगी में जिस्म क़ैद होकर तड़पने लगे,
ग़मगीन हो कर परिस्थितियों से हमने मकान बदल दिये।

रोकना चाहा बहुत इस बदलते दौर की सुबह को,
सुबह होते होते कब शाम हो गई हमने इरादे बदल दिये।

बदलाव की बयार ऐसी चली यहाँ सब कुछ बदल गया,
न दिखा कोई मंजर तो हमने अंदाज के पन्ने बदल दिये।।

मैं औरत हूँ

मैं औरत हूँ मुझे औरत होने की सजा न दीजिए,
उड़ने को व्याकुल है मन, मुझे भी पंख दीजिए।

थामना चाहती हूँ क्षितिज के छोर को हाथों से अपने,
परम्परा की बेड़ियों से, अब तो मुझे मुक्त कर दीजिए।

द्वन्द सा मचता है मेरे, दुनिया के अनर्गल व्यवहार से,
नव प्रभात की रोशनी में, मुझे आगे अब बढ़ने दीजिए।

क्यों दुनिया वालों की नजर में मैं जिस्म का टूकडा बन कर रह गई,
गुमनामी में न खो जाऊं मैं, मुझे बेचारी न बनने दीजिए।

दुनिया के जुर्म सहते सहते,पुतले सी बन गई हूँ मैं,
जिंदादिली से जी सकूं, थोड़ी सी खुशी अब तो मुझे दीजिए।

हुस्न, रंग, खुशबू,मेरी हर अदा पर लोग क्यूं मरते हैं,
मैं फकत जिस्म नहीं, मुझे बैचैनियों की सौगात न दीजिए।

सब्र की मिसाल हूँ मैं, हर रिश्ते की ताकत हूँ मैं,
हां मैं औरत हूँ,. मुझे अपनी पहचान बनाने दीजिए।।

जिंदगी के रंग

जिंदगी का सफर खुशनुमा गुज़र रहा था,
मुसीबतों के रंगों ने एक ही पल में हिला कर दिया था।

हौसले मेरे कभी टूटते रहे दुनिया के मेले में,
जमाने की बुनियाद ने मुझे तोड़ कर रख दिया था।

सौ बार गिरा सौ बार उठा इस रंगीन जिंदगी में,
मुश्किलों से कर सामना कामयाबी को चख लिया था।

वक्त के साथ बुरा वक्त भी मेरा गुजरता रहा,
इम्तिहान में पास हो जिन्दगी को सजा लिया था।

पल पल जिन्दगी अहसास के साथ रंगीन होने लगी,
बही बदलाव की बयार और हवाओं को अपना लिया था।

माना की मेरी जिंदगी में मुझे तजुर्बे कुछ देर से ही हूए,
जिंदगी के दो चार रंगों ने जिंदगी का सफर बदल दिया था।

जिंदगी बहुत खूबसूरत है दोस्तों इस को गुनगुना करके तो देखो,
वक्त की आंधी उड़ी और हमने भी अपना नजरिया बदल लिया था।।

आंसुओं को पनाह नहीं मिलती

लम्हा लम्हा गुजर जाता है वक्त पर कोई राह नहीं मिलती,
धड़कन में बसाया जिसे उसकी आंखों में पनाह नहीं मिलती।

कैसे गुजरते हैं बेदर्दी लम्हे जीना दुश्वार करते हैं मेरा,
हर पल मुस्कराने की आदत मेरी उनकी चाह नहीं मिलती।

दिल में जिसे पनाह दे हम अपना आशियाना सजाने लगे,
अपनी पलकों पर बसाया जिसे उनकी निगाह नहीं हमसे मिलती।

हमारे रुठने की आदत को बरसों पहले छोड़ दिया हमने,
कतरा हूँ शायद मैं मुझे तन्हाई में इश्क की थाह नहीं मिलती।

आंखें भी आंसुओं को पनाह देते देते जब बहुत थक गई,
रूला के रख दिया तूने ए जिंदगी मुझे अब कोई छांह नहीं मिलती।

सोचता हूँ कभी कभी दिल की चाहतों में मिलावट इस कदर थी,
दिल तड़पता रहा आंसू निकलते रहे किसी की परवाह नहीं मिलती।

लिखते रहें यदा कदा सर्वदा तुम को ही अपनी ग़ज़लों में हम,
"राज" की जिंदगी का वजूद हो तुम पर मेरे दर्द को आह नहीं मिलती।।

ऋण माता पिता का

पाल पोस कर बड़ा किया उन्हें ना तुम भूलना कभी,
देना इतना आदर सत्कार ना आए उनके आंखों में आंसू कभी।

माता पिता ईश्वर की अनमोल सौगात है हमारे लिए,
दिल उनका भूले भटके में भी ना तोड़ना कभी।

जीवन तुम पर न्यौछावर किया अपना दर्द भूल कर,
उनके चेहरे पर मुस्कान बिखेरना न देना दुःख कभी।

बचपन में तुम रोते थे संग तुम्हारे वो बच्चें बन जाते थे,
दर्द सहते हुए तुम्हें आगे बढ़ाया उस ऋण को नकारना कभी।

जिनकी आंखों में सिर्फ तुम्हारे लिए प्यार ही प्यार भरा,
उनकी छांव में बैठकर कुछ पल बीता लेना कभी।

तुम्हारे अरमानों को पूरा करते करते ख्वाहिशे को अपनी दबा दिया,
पत्थर दिल बन मां बाप के ऋण को ना कुचलना कभी।।

व्यक्तित्व दर्पण

नाम - डॉ. राजमती पोखरना सुराना

जन्म - 07 अक्टूबर

माता - श्रीमती माला पोखरना

पिता - श्री रवीन्द्रसिंह जी पोखरना

शिक्षा - एम.ए. एम.फिल्, एम.एड.,पी.एच.डी.

पता - भीलवाड़ा

पद - फोर्मर असीस्टेंट प्रोफेसर, सम्पादक मण्डल सदस्य - दो पत्रिकाओं में, सामाजिक कार्यकर्ता, मोटिवेशन स्पीकर, लेखिका।

प्रकाशन - कोंपल (कहानी संग्रह), चीया और नानी (बाल साहित्य कहानी संग्रह), आदिवासी किशोर बालकों के शिक्षा में पर्यावरणीय अवरोध (प्रोजेक्ट), बीस साझा काव्य संग्रह में कविताएं व ग़जलें प्रकाशित।

मंच उपलब्धि - संस्थापक - लर्निंग फोर्मर, मोटिवेशनल स्पीकर, निर्देशक एवं परामर्श, काव्य पाठ, मंच संचालन

सम्मान - राजस्थान साहित्य अकादमी द्वारा पुरस्कृत। राष्ट्रीय स्तर पर व राज्य स्तर पर चालीस से अधिक सम्मान से सम्मानित।

अन्य - समय समय पर रक्तदान शिविर का आयोजन, चिकित्सा शिविर तथा जरुरत मंद व्यक्तियों को आर्थिक सहायता प्रदान करना।

यदि आप अंग्रेजी में हस्ताक्षर करते हैं तो निवेदन है कि 'हिन्दी में हस्ताक्षर करें', आपकी यह छोटी-सी कोशिश हिन्दी को राजभाषा से राष्ट्रभाषा बनाने में अमूल्य योगदान देगी ।

अन्तरा शब्दशक्ति
www.antrashabdshakti.com

१५, नेहरु चौक, मेन रोड वारासिवनी,
जि. बालाघाट (म.प्र.) पिन ४८१३३१,
संपर्क- ९४२४७६५२५९,
अणुडाक: antrashabdshakti@gmail.com

978-93-86666-54-3

मूल्य- 55/-